Ways of Coping Checklist (WCC)

CATÉGORIE
STRATÉGIES D'ADAPTATION AU STRESS

RÉDACTEURS :
Langevin V., département Expertise et conseil technique, INRS
Boini S., département Épidémiologie en entreprise, INRS
François M., département Homme au travail, INRS
Riou A., département Expertise et conseil technique, INRS

Ce document appartient à une série publiée régulièrement dans la revue. Elle analyse les questionnaires utilisés dans les démarches de diagnostic et de prévention du stress et des risques psychosociaux au travail. L'article, par les mêmes auteurs, « Les questionnaires dans la démarche de prévention du stress au travail » (TC 134, *Doc Méd Trav.* 2011 ; 125 : 23-35), présente cette série et propose au préventeur une aide pour choisir l'outil d'évaluation le mieux adapté.

Noms des auteurs
Folkman S., Lazarus M.

Objectifs
Mesure des stratégies d'adaptation ou d'ajustement mises en œuvre face à un événement (situation) stressant(e).

Année de première publication
1980, révisée en 1985.

Cadre, définition, modèle
Les stratégies d'ajustement, ou *coping* en anglais, désignent l'ensemble des processus cognitifs et comportementaux qu'un individu interpose entre lui et un événement perçu comme menaçant, pour maîtriser, tolérer ou diminuer l'impact de celui-ci sur son bien-être physique et psychologique [Lazarus et Folkman, 1984]. On ne cherche pas à décrire les réactions de stress par les événements auxquels le sujet est exposé, mais par la façon dont il gère la situation. Le concept de stratégie d'ajustement est issu d'une conception dynamique du stress, selon laquelle le stress ne dépend pas seulement de l'événement, ni de l'individu, mais d'une transaction (rencontre) entre l'individu et l'environnement (approche transactionnelle du stress) [Lazarus et Folkman, 1984].
Lazarus et Folkman proposent deux types de régulation :
- le *coping* centré sur le problème : ensemble des efforts entrepris pour affronter la situation ;
- le *coping* centré sur les émotions : ensemble des tentatives effectuées pour contrôler la tension émotionnelle induite par la situation.

Une synthèse des études menées sur les stratégies d'ajustement fait apparaître un troisième type de régulation : la recherche de soutien social [Cousson et al., 1996].

Niveau d'investigation
Diagnostic.

Langue d'origine
Anglais (US).

Traduction
Nombreuses traductions dont italienne, portugaise, norvégienne, suédoise, russe et française [Pauhlan et al., 1994 ; Cousson et al., 1996].

Vocabulaire
Pas de difficulté particulière pour une population adulte.

Versions existantes
- Version originale anglaise : 68 items avec des modalités de réponse en oui/non [Folkman et Lazarus, 1980] puis une série de révision [1984, 1985, 1986, 1988], dont une des modifications est le changement de format pour les modalités de réponse (4 au lieu de 2). Il existe également une version datant de 1988, très légèrement modifiée par rapport à la version révisée de Folkman et Lazarus [1985], qui a été éditée d'abord chez *Consulting Psychologists Press* puis chez *Mind Garden*.
- Version courte anglaise à 42 items [Vitaliano et al., 1985] issue de la version originale de Folkman et Lazarus [1980].

- Version courte française à 29 items [Pauhlan et al., 1994], à 27 items [Cousson et al., 1996], toutes deux adaptées à partir de la version de Vitaliano et al. [1985].
- Version courte française à 21 items adaptée pour les patients cancéreux, à partir de la version à 27 items [Cousson-Gélié et al., 2010].

Structuration de l'outil

- La version originale révisée de Folkman et Lazarus [1985] comporte huit sous-échelles :
  - résolution du problème,
  - esprit combatif ou acceptation de la confrontation,
  - prise de distance ou minimisation des menaces,
  - réévaluation positive,
  - auto-accusation,
  - fuite-évitement,
  - recherche d'un soutien social,
  - maîtrise de soi.
- La version anglaise de Vitaliano et al. [1985] comporte cinq sous-échelles :
  - résolution du problème (15 items),
  - recherche de soutien social (6 items),
  - auto-accusation (3 items),
  - réévaluation positive (8 items),
  - évitement (10 items).
- La version française de Paulhan et al. [1994] retrouve les cinq sous-échelles identifiées par Vitaliano :
  - résolution du problème (8 items),
  - recherche de soutien social (5 items),
  - auto-accusation (4 items),
  - réévaluation positive (5 items),
  - évitement (7 items).
- La version française de Cousson et al. [1996] propose une structure tridimensionnelle :
  - *coping* centré sur le problème (10 items),
  - *coping* centré sur l'émotion (9 items),
  - recherche de soutien social (8 items).

Modalités de réponse et cotation

Il est demandé aux sujets, lors de la passation de la WCC, de penser à un événement récent qui les a particulièrement bouleversés, troublés et d'indiquer pour chacune des stratégies proposées s'ils les avaient utilisées pour faire face à cet événement. Le mode de réponse est basé sur une échelle de type Likert à 4 modalités : non, plutôt non, plutôt oui et oui.

La construction des scores est basée sur la somme des réponses à chaque item constituant la sous-échelle. Dans la version française à 27 items [Cousson et al., 1996], chaque item est côté 1 (non), 2 (plutôt non), 3 (plutôt oui) ou 4 (oui), sauf l'item « *j'ai contenu (gardé pour moi) mes émotions* » où la cotation est inversée.

Temps de passation

Dix minutes environ.

Disponibilités et conditions d'utilisation

Domaine public pour la version révisée de Folkman et Lazarus [1985] ; Copyright et payante pour la version éditée chez *Mind Garden*, accessible avec son manuel d'utilisation sur le site de *Mind Garden* : *www.mindgarden.com/products/wayss.htm*.

La version française à 29 items est disponible dans l'article de Paulhan et al. [1994]. La version française à 27 items est disponible en annexe de l'article de Cousson et al. [1996].

Qualités psychométriques

VALIDITÉ

- ***Validité de structure interne***

La version originale révisée de Folkman et Lazarus [1985] a été complétée à trois reprises par 108 étudiants. Plusieurs analyses en composantes principales avec rotation oblique ont été réalisées sur les données regroupées. Cinq facteurs sont mis en évidence sur 42 items mais l'un de ces cinq facteurs est finalement scindé en trois, soit huit facteurs au total [Folkman et Lazarus, 1985]. Suivant la même démarche (75 couples mariés qui ont complété la WCC séparément et à cinq reprises), plusieurs analyses en composantes principales avec rotation oblique ont été réalisées sur les données regroupées. Huit facteurs sont mis en évidence sur 50 items, représentant 46,2 % de la variance totale [Folkman et al., 1986].

Vitaliano et al. [1985] ont également procédé à une étude de la validité de structure interne du WCC, à partir de la version originale de Folkman et Lazarus [1980] sur un échantillon de 425 étudiants. L'analyse en composantes principales a révélé six facteurs et 46 items ont été retenus dans un premier temps. Puis, sur la base de l'analyse du contenu des facteurs (le facteur 2 a été scindé en deux sous-échelles, le facteur 5 et le facteur 6 ont été éliminés car le facteur 5 ne représentait que 4 % de la variance totale, et les items du facteur 6 saturaient aussi significativement le facteur 1), la version courte finale du WCC contient 42 items répartis en cinq sous-échelles [Vitaliano et al., 1985].

La version française à 42 items, issue de la traduction de la version de Vitaliano et al. [1985], a été soumise à une première analyse en composantes principales afin de vérifier que les items contribuent bien à un axe général de *coping* [Paulhan et al., 1994]. Cette analyse a mis en évidence un axe général qui explique 12 % de la variance totale, avec 28 items qui saturent de façon significative cet axe, et où l'on retrouve les deux types de stratégies d'ajustement : centrée sur le problème et centrée sur les émotions. Puis cette version à 42 items a été soumise à une analyse en composantes principales avec rotation Varimax, afin d'identifier les différents types de

stratégies d'ajustement. Cinq facteurs ont été identifiés ; ils représentent 35 % de la variance totale : résolution du problème (9,4 % de la variance totale, 8 items), évitement (7,5 % de la variance totale, 7 items), recherche de soutien social (6,5 % de la variance totale, 5 items), réévaluation positive (5,9 % de la variance totale, 5 items) et auto-accusation (5,7 % de la variance totale, 4 items). Les items peu saturés dans les cinq facteurs ont été éliminés, permettant d'aboutir à la version à 29 items [Paulhan et al., 1994].

Une autre adaptation française du WCC a été réalisée par Cousson et al. [1996] à partir des réponses de 468 adultes français, étudiants et salariés (247 femmes, 221 hommes). Une analyse en composantes principales avec rotation Varimax a été effectuée sur les 42 items de la version de Vitaliano et al. [1985]. Plusieurs solutions ont été testées, celle contenant trois facteurs a été retenue, aboutissant à une version à 27 items : le premier facteur est composé de 10 items et rend compte de 11 à 16 % de la variance totale selon les groupes (*coping* centré sur le problème) ; le second facteur est composé de 9 items et rend compte de 10 à 12 % de la variance totale selon les groupes (*coping* centré sur l'émotion) ; le troisième facteur est composé de 8 items et rend compte de 10 à 12 % de la variance totale selon les groupes (recherche de soutien social).

● ***Validité critériée concomitante***

Des corrélations significatives ont été observées entre certaines des sous-échelles de la version courte à 42 items de Vitaliano [1985] et l'anxiété et la dépression mesurées par la « *Symptom Check List* » (SCL-90-R, Derogatis et al. [1977]).

Les corrélations entre la dimension « coping *centré sur l'émotion* » de la WCC et l'anxiété-trait mais également l'anxiété-état (mesurées par le STAI-Y, *cf. FRPS 27*) sont significativement positives (0,41 et 0,26, respectivement). Les sujets anxieux (état et surtout trait) ont tendance à utiliser des stratégies de *coping* centré sur l'émotion [Cousson et al., 1996].

Aucune corrélation significative n'a été observée entre la dépression (mesurée par le CES-D, *cf. FRPS 12*) et les 3 sous-échelles françaises de *coping* [Cousson et al., 1996]).

FIDÉLITÉ

● ***Fidélité test-retest***

La version française à 27 items de la WCC a été administrée deux fois à 59 sujets, à une semaine d'intervalle. Lors des deux passations, il était demandé aux sujets de penser au même événement stressant. Le coefficient de corrélation est de 0,90 pour le « coping *centré sur le problème* », de 0,84 pour le « *coping centré sur l'émotion* » et de 0,75 pour « *la recherche de soutien social* » (Cousson et al, 1996). On peut donc considérer que la fidélité test-retest est satisfaisante.

● ***Consistance interne***

Les coefficients alpha de Cronbach observés pour les huit échelles de la version originale révisée de Folkman et Lazarus (complétée par 108 étudiants) varient de 0,59 à 0,88 [Folkman et Lazarus, 1985]. Les coefficients alpha de Cronbach observés pour les huit échelles de la version originale révisée complétée par les 75 couples varient de 0,61 à 0,79 [Folkman et al., 1986].

Les coefficients alpha de Cronbach des cinq sous-échelles de la version courte de Vitaliano [1985]sont toujours supérieurs à 0,70 et globalement légèrement meilleurs que ceux de la version originale de Folkman et Lazarus [1980].

Les coefficients alpha de Cronbach ont été calculés afin de vérifier la consistance interne des trois échelles identifiées dans la version française à 27 items de Cousson et al. [1996] : 0,79 pour l'échelle « *coping centré sur le problème* » ; 0,72 pour l'échelle « *coping centré sur l'émotion* » et 0,73 pour l'échelle « *recherche de soutien social* ». La bonne consistance interne de la version française à 21 items a également été retrouvée chez des patients cancéreux [Cousson-Gélié et al., 2010].

Sensibilité

Pas d'information disponible.

Étalonnage

● **Version française à 29 items :**
501 adultes salariés et étudiants (172 hommes et 329 femmes), âgés de 20 à 35 ans [Pauhlan et al., 1994]. Pas de description des scores dans l'article.

● **Version française à 27 items :**
468 adultes salariés et étudiants (221 hommes et 247 femmes), âgés en moyenne de 27,5 ans [Cousson et al., 1996]. Moyenne et écart-type des scores observés pour les trois échelles identifiées.

Biais, critiques, limites

Hormis la validité de structure interne et la consistance interne qui ont été souvent étudiées (par les mêmes auteurs parfois), les autres propriétés psychométriques sont peu étudiées.

Il serait intéressant d'utiliser le « *Coping Inventory for Stressful Situations* » (CISS) adapté en français *(cf. FRPS 29)* ou même le *Brief COPE* [Muller et Spitz, 2003] comme critère de validité concourante.

Observations particulières

Même si les grands types de stratégies d'ajustement sont retrouvés par les analyses en composantes principales, le nombre de dimensions ainsi que les items qui les constituent sont variables d'une étude à l'autre et parfois même chez les mêmes auteurs (Folkman et Lazarus qui passent de deux [1980]

à huit facteurs [1985], Paulhan et al. et Cousson et al. qui aboutissent à deux versions françaises dont le nombre d'items et de facteurs sont différents). Pour Folkman et Lazarus [1980], ces différences appuient la validité d'une approche transactionnelle du stress. Scherer et al. [1988] expliquent cette relative instabilité par le fait que les différentes études sont réalisées sur des échantillons différents (étudiants, malades...) et pour des événements différents. La stabilité factorielle doit être étudiée à « *personne / situation identique* ». Par ailleurs, Aldwin et Revenson [1987] soulignent le fait que les relations causales entre stratégies d'adaptation et santé mentale sont bidirectionnelles.
La WCC est parfois dénommée WCQ (*Ways of Coping Questionnaire*).

BIBLIOGRAPHIE

- Aldwin CM, Revenson TA - Does coping help? A reexamination of the relation between coping and mental health. *J Pers Soc Psychol.* 1987 ; 53 (2) : 337-48.
- Cousson F, Bruchon-Schweitzer M, Quintard B, Nuissier J et al. - Analyse multidimensionnelle d'une échelle de coping : validation française de la WCC. *Psychol Fr.* 1996 ; 41 (2) : 155-64.
- Cousson-Gélié F, Cosnefroy O, Christophe V, Segrestan-Crouzet C et al. - The Ways of Coping Checklist (WCC): validation in French-speaking cancer patients. *J Health Psychol.* 2010 ; 15 (8) : 1246-56.
- Derogatis LR - The SCL-90-R: administration, scoring and procedures manual. Baltimore: Clinical Psychometric Research unit, Johns Hopkins University ; 1977.
- Folkman S, Lazarus RS - An analysis of coping in a middle-aged community sample. *J Health Soc Behav.* 1980 ; 21 (3) : 219-39.
- Folkman S, Lazarus RS - If it changes it must be a process: study of emotion and coping during three stages of a college examination. *J Pers Soc Psychol.* 1985 ; 48 (1) : 150-70.
- Folkman S, Lazarus RS, Dunkel-Schetter C, DeLongis A et al. - Dynamics of a stressful encounter: cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes. *J Pers Soc Psychol.* 1986 ; 50 (5) : 992-1003.
- Folkman S, Lazarus RS - Manual for the ways of Coping Questionnaire. Palo Alto : Consulting Psychologists Press ; 1988 : 33 p.
- Lazarus RS, Folkman S - Stress, appraisal and coping. New York: Springer publishing company ; 1984 : 445 p.
- Muller L, Spitz E - Évaluation multidimensionnelle du coping : validation du Brief COPE sur une population française. *Encéphale.* 2003 ; 29 (6) : 507-18.
- Paulhan I, Nuissier J, Quintard B, Cousson F et al. - La mesure du "*coping*". Traduction et validation francaises de l'échelle de Vitaliano (Vitaliano et al. 1985). *Ann Méd Psychol* (Paris). 1994 ; 152 (5) : 292-99.
- Scherer RF, Wiebe FA, Luther DC, Adams JS - Dimensionality of coping: factor stability using the Ways of Coping Questionnaire. *Psychol Rep.* 1988 ; 62 (3) : 763-70.
- Vitaliano PP, Russo J, Carr JE, Maiuro RD et al. – The Ways of Coping Checklist : revision and psychometric properties. *Multivariate Behav Res.* 1985 ; 20 (1) : 3-26.